



Levensvaardigheden Kletskaartjes

EEN MOOI GESPREK TIJDENS HET KERSTDINER



Kerst is dé tijd voor een goed gesprek...

DEZE LEVENSVAARDIGHEDEN KLETSKAARTJES
HELPEN HIERBIJ. PAK EEN KAARTJE EN RAAK
NIET UITGEPRAAAT!



Levensvaardigheden, wat zijn dat?

LEVENSVAAARDIGHEDEN ZIJN SOCIALE EN
EMOTIONELE VAARDIGHEDEN DIE MENSEN
NODIG HEBBEN OM GOED OM TE KUNNEN GAAN
MET DE EISEN EN UITDAGINGEN IN HUN
DAGELIJKS LEVEN.



Welke levensvaardigheden zijn er?

**IN DEZE KLETSKAARTJES STAAN VIJF
LEVENSSVAARDIGHEDEN CENTRAAL:
ZELFBEWUSTZIJN, ZELFMANAGEMENT, SOCIAAL
BEWUSTZIJN, RELATIEVAARDIGHEDEN EN
VERANTWOORDE KEUZES MAKEN.**



ZELFBEWUSTZIJN: JEZELF KENNEN. WAT DENK JE? WAT VOEL JE? WAT KAN JE GOED EN WAT KAN JE NOG LEREN?



ZELFMANAGEMENT: OMGAAN MET STRESS, OMGAAN MET GEVOELEN, KUNNEN PLANNEN.



SOCIAAL BEWUSTZIJN: OMGAAN MET
VERSCHILLEN, REKENING HOUDEN MET
ELKAAR.



RELATIEVAARDIGHEDEN: SAMENWERKEN,
VRIENDEN ZIJN ÉN BLIJVEN, RUZIES
OPLOSSEN.



VERANTWOORDE KEUZES MAKEN:
ONDERZOEKEN, OPLOSSEN EN KIEZEN.



ZELFBEWUSTZIJN



Een eigenschap die ik
meer zou willen
hebben, is...



ZELFMANAGEMENT

Het einde van het jaar
is bijna in zicht.
Welke doelen stel jij
voor volgend jaar?





SOCIAAL BEWUSTZIJN

Hoe kan een ander
zien of weten dat je
last hebt van
(kerst)stress?





RELATIEVAARDIGHEDEN

Wat kan een ander
van jou leren als het
gaat over
vriendschappen?





VERANTWOORDE KEUZES
MAKEN



Wat vind jij
belangrijk in het
leven?



ZELFBEWUSTZIJN



Wat zijn jouw drie
beste eigenschappen?



ZELFMANAGEMENT

Waaraan kun jij je
ergeren en hoe ga je
hier mee om?





SOCIAAL BEWUSTZIJN

Kun jij wakker liggen
van een moeilijk
gesprek dat je hebt
gehad? Hoe komt dat?





RELATIEVAARDIGHEDEN

Vermijd je conflicten
tijdens het kerstdiner
of zoek je het juist op?
Waarom?





VERANTWOORDE KEUZES
MAKEN



Eens of oneens: ik
houd mij altijd aan
mijn principes.



ZELFBEWUSTZIJN



Ik ben (niet)
stressbestendig en dat
blijkt uit....



ZELFMANAGEMENT

Waar ben jij recent
boos over geweest?
Had je het anders
willen aanpakken?





SOCIAAL BEWUSTZIJN

Op een schaal van 1
tot 10: hoe
complimenteus ben
jij?





RELATIEVAARDIGHEDEN

Wanneer vraag jij om
hulp?





VERANTWOORDE KEUZES
MAKEN



Waar besteed jij
bewust veel tijd aan
tijdens de
feestdagen?



ZELFBEWUSTZIJN



Wat is je beste
gewoonte? En welke
gewoonte wil je
afleren?



ZELFMANAGEMENT

Wat stel jij steeds uit,
maar moet je (voor de
feestdagen) toch echt
eens gaan doen?





SOCIAAL BEWUSTZIJN

Zet jij je eigen belang
voorop of dat van een
ander?





RELATIEVAARDIGHEDEN

Eens of oneens: als je
veel van elkaar
verschilt kun je geen
goed team zijn.





VERANTWOORDE KEUZES
MAKEN




Stel je voor: het
kerstdiner is
aangebrand. Hoe los
jij dit op?



Meer weten over levensvaardigheden?

KIJK DAN OP DE WEBSITE VAN HET LECTORAAT
OUDERSCHAP EN OUDERBEGELEIDING

WWW.HSLEIDEN.NL/LEVENSVAARDIGHEDEN



**Hele fijne feestdagen
gewenst!**

**NAMENS HET LECTORAAT OUDERSCHAP EN
OUDERBEGELEIDING**